సాక్షి
అన్నమయ్య జిల్లా
గురువారం । 15 । ఫిబ్రవరి । 2024



ఒత్తిడిని ఓడిద్దాం.. విజయం సాధిద్దాం

పదో తరగతి, ఇంటర్ పరీక్షలు త్వరలో జరగనున్నాయి.ఈ సయయంలో విద్యార్థులు ఒత్తిడికి లోనుకాకుండా ప్రణాళకతో చదవాలని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. - 8లో



అరంగేట్రంతోనే రికార్డు

రాజంపేట నియోజకవర్గం నందలూరుకు చెందిన ఎంఆర్‌కేఆర్ సంస్థ అధినేత మేడా రఘునాథరెడ్డి రాజకీయ అరంగేట్రం అదిరింది. రాజ్యసభ పదవితో రాజకీయాల్లోకి ప్రవేశిస్తున్నారు. - 8లో

మదనపల్లె : టమాటా ధరలు (10 కిలోలు)

	కనిష్టం	గరిష్టం
మొదటిరకం	రూ.120	రూ.160
రెండోరకం	రూ.70	రూ.116

మార్కెట్‌కు వచ్చిన మొత్తం సరుకు : 121 మెట్రిక్ టన్నులు



న్యూస్‌రీల్

ఆప్కోలో 50 శాతం రాయితీ

కడప కోటిరెడ్డిసర్కిల్ : రానున్న మహాశివరాత్రి, ఉగాది పండుగల సందర్భంగా ఉమ్మడి వైఎస్సార్ జిల్లాలోని ఆప్కో విక్రయశాలల్లో ఎంపిక చేసిన చేనేత వస్త్రాలపై 50 శాతం రాయితీ అమలు చేస్తున్నామని ఆప్కో మండల వాణిజ్య అధికారి రమేష్‌కుమార్ తెలిపారు. ఆప్కో చేనేత వస్త్రాలయం, కలెక్టర్ కార్యాలయ ప్రాంగణం, రాయచోటి, రాజంపేట, కోడూరు పట్టణాల్లోని ఆప్కో విక్రయశాలల్లో ఈ ఆఫర్లు అమలులో ఉంటాయన్నారు. జిల్లాలోని ఆప్కో విక్రయశాలలను ప్రజలు సందర్శించి తమకు కావాల్సిన రాజమండ్రి, బందరు, వెంకటగిరి, చీరాల, ఉప్పాడ చీరలు, పాందూరు షర్టింగ్, ధోవతులు,టవళ్లు కొనుగోలు చేయాలని, చేనేత పరిశ్రమను, కళాకారులను ప్రోత్సహించాలని ఆయన సూచించారు.

నిక్కచ్చిగా విధి నిర్వహణ

– పోలీసులతో ఎస్పీ బి.కృష్ణారావు



ఎన్నికల నియమావళిపై నిర్వహించిన శిక్షణలో మాట్లాడుతున్న ఎస్పీ కృష్ణారావు

రాయచోటి : పోలీసులు విధినిర్వహణలో నిక్కచ్చిగా, నిర్భయంగా వ్యవహరించాలని జిల్లా ఎస్పీ కృష్ణారావు ఆదేశించారు. బుధవారం అన్నమయ్య జిల్లా రాయచోటి పోలీస్ ప్రధాన కార్యాలయంలో ఎన్నికలను దృష్టిలో ఉంచుకుని పోలీసు అధికారులతో రెండో రోజు శిక్షణను నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎస్పీ మాట్లాడుతూ ప్రజలతో మమేకమై శాంతియుత వాతావరణంలో నిజాయితీగా పనిచేసి అందరి మన్ననలను పొందాలన్నారు. పక్క రాష్ట్రాలు, జిల్లాల నుంచి అక్రమ మద్యం, డబ్బులు రవాణాను రానివ్వకుండా చర్యలు తీసుకోవాలన్నారు. శిక్షణలో జిల్లాలోని అన్ని సబ్ డివిజన్, పోలీసు అధికారులు, సీఐలు, ఎస్ఐలతో ఎన్నికల చట్టాలు, ఎన్నికల నియమావళిపై అవగాహనా కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. అదనపు జిల్లా ఎస్పీ విబి రాజ్‌కమల్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

జేఈఈ మెయిన్స్‌కు ఎంపిక



విద్యార్థులను అభినందిస్తున్న ప్రిన్సిపల్ గీత

రాజంపేట రూరల్ : జేఈఈ మెయిన్స్ అడ్వాన్స్ పరీక్షలకు జవహర్ నవోదయ విద్యార్థులు 9మంది ఎంపికయ్యారని ప్రిన్సిపల్ గీత తెలియజేశారు. మండల పరిధిలోని నారమరాజుపల్లిలో ఉన్న జవహర్ నవోదయ పాఠశాలలో బుధవారం సరస్వతి పూజ నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ప్రిన్సిపల్ గీత మాట్లాడుతూ ఇటీవల నిర్వహించిన జేఈఈ మెయిన్స్ పరీక్షలకు తమ పాఠశాల విద్యార్థులు 23మంది హాజరయ్యారన్నారు. వీరిలో టీపీ యుగంధర్, కే అజయ్, ఎం శరణ్య, ఎస్ఆర్ రెడ్డిబాబు, కే జ్యోతిక, ఆర్ సురేఖ, ఎస్ పవిత్ర, ఎం సంతోష్‌కుమార్, ఎం గుణాధిత్యలు ఎంపికైనట్లు తెలిపారు. విద్యార్థులకు ప్రిన్సిపల్ అభినందనలు తెలిపారు.

ప్రణాళికాబద్ధంగా చదవాలి

రాయచోటి టౌన్ : పదోతరగతి విద్యార్థులు ప్రణాళికాబద్ధంగా చదవాలని, అప్పుడే మంచి మార్కులు సాధించవచ్చని డీఈఓ యు. శివ ప్రకాష్ రెడ్డి పేర్కొన్నారు. బుధవారం రాయచోటి రూరల్ పరిధిలోని చెన్నముక్కపల్లె జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాలను అకస్మిక తనిఖీ చేశారు. ఈసందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ ప్రభుత్వం ఆందిస్తున్న డిక్షనరీలను ఎలా ఉపయోగిస్తున్నారని విద్యార్థులను అడిగి తెలుసుకున్నారు. ట్యాబ్‌లను కూడా సద్వినియోగం చేసుకోవాలని తెలిపారు. అలాగే ఉపాధ్యాయులు ఉత్తమ ఫలితాల సాధనకు కృషి చేయాలని చెప్పారు. అనంతరం ఎఫ్ఏ-3లో 120 మార్కులకు మొదటి స్థానంలో నిలిచిన విద్యార్థులతో సెల్ఫీ తీసుకొన్నారు. అనంతరం నాడు - నేడు పనుల్లో భాగంగా పాఠశాల భవనాలను పరిశీలించారు. కార్యక్రమంలో పాఠశాల ప్రధానోపాధాయుడు రవీంద్రనాథ రెడ్డి, అబ్బవరం హరిబాబు పాల్గొన్నారు.

వేరుశనగలో సమగ్ర సస్యరక్షణ చర్యలు చేపట్టాలి

పీలేరు : వేరుశనగ సాగులో సమగ్ర సస్యరక్షణ చర్యలు చేపట్టాలని జిల్లా వ్యవసాయాధికారి బి. చంద్రానాయక్ అన్నారు. బుధవారం మండలంలోని ముదుపులవేముల ఆర్‌బీకే పరిధిలోని కావలిపల్లెలో వేరుశనగ పంటలో 'గ్యాప్ పొలంబడి' కార్యక్రమాన్ని పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ వేరుశనగ సాగులో ఖర్చు తగ్గించుకొని అధిక దిగుబడులు పొందవచ్చునని రైతులకు సూచించారు. ఆముదం, అలసంద గింజలు వేరుశనగ పంట మధ్యలో వేసుకోవాలన్నారు. రబీలో మొక్కల సాంద్రత ఒక చదరపు మీటరుకు 44 మొక్కల చొప్పున ఉండేలా చూసుకోవాలన్నారు. ఏడీఏలు మజీద్, వై.వి. రమణ రావు, ఏవోలు సుచిత్ర, రమాదేవి, కరుణాకర్ రెడ్డి, ఆర్‌బీకే మండల చైర్మన్ మల్లికార్జున, ఏఈవోలు నజీర్, అల్తాఫ్ పాల్గొన్నారు.

పదికి పంచతంత్రం

- ఉత్తమ ఫలితాలపై కేజీబీవీ విద్యార్థినుల గురి
- అత్యుత్తమ మార్కులు సాధించిన వారికి ప్రోత్సాహక బహుమతులు

జిల్లాలోని కేజీబీవీలు	:22
పదో తరగతి విద్యార్థులు	:769
ఇంటర్ ప్రథమ సంవత్సరం	:503
ద్వితీయ సంవత్సరం	:406



తంబళ్లపల్లె కేజీబీవీలో స్టడీ అవర్‌లో చదువుతున్న విద్యార్థినులు

మదనపల్లె సిటీ : పదో తరగతి పరీక్షలు విద్యార్థుల బంగారు భవిష్యత్తుకు నిచ్చెనలాంటివి. వారి జీవితాలు మలుపు తిరిగేది ఇక్కడే. ఇంతటి ప్రాధాన్యత ఉండటంతో జిల్లా విద్యాశాఖ అధికారులు పదిపై ప్రత్యేక దృష్టి సారించారు. పూర్తిగా వెనుకబడిన పిల్లలను సైతం కనీస మార్కులతోనైనా గట్టెక్కించేలా చూడాలంటూ హెచ్‌ఎంలు, ఉపాధ్యాయులను ఆదేశించారు. ప్రణాళిక మేరకు సన్నద్ధమైతే ఉత్తీర్ణత మార్కులు సాధించడం పెద్ద సమస్య కాదు. ప్రత్యేక తరగతులు, ప్రణాళిక అంటూ ఉపాధ్యాయులు విద్యార్థుల వెంటబడుతుంటారు. ఈ స్ఫూర్తితో జిల్లాలోని కస్తూర్బాగాంధీ బాలికల విద్యాలయాల (కేజీబీవీల) విద్యార్థునులను సన్నద్ధం చేస్తున్నారు. పంచతంత్రం పేరుతో ఉత్తమ ఫలితాలే లక్ష్యంగా యాక్షన్ ప్లాన్ అమలు చేస్తున్నారు. ఈసారి వీలైనంత మంది 500 పైన మార్కులు సాధించేలా తర్ఫీదు ఇస్తున్నామని ప్రత్యేక అధికారులు (ఎస్ఓ)లు చెబుతున్నారు.

పర్యవేక్షణకు ప్రత్యేక బృందాలు:

జిల్లాలో 22 కేజీబీవీల్లో 769 మంది పదో తరగతి, 503 మంది ప్రథమ, 406 మంది ద్వితీయ సంవత్సరం ఇంటర్ చదువుతున్న వారు ఉన్నారు.సమగ్ర శిక్ష ప్రత్యేకంగా రూపొందించిన పంచతంత్ర ప్రణాళికను అమలు చేస్తున్నారు. కేజీబీవీలో పనిచేస్తున్న ఎస్ఓ, సీఆర్టీలు దత్తత తీసుకున్నారు. ఒక్కొక్కరు కనీసం 5 నుంచి 15 మంది విద్యార్థినులను దత్తత తీసుకున్నారు. వారి పరిధిలోని విద్యార్థినులు ఎలా చదువుతున్నారు...ఏ సబ్జెక్టులో వెనుకబడ్డారు తదితర అంశాలను వీరు పరిశీలిస్తారు. లోపాలను గుర్తించి వాటిని అధిగమించేందుకు చర్యలు తీసుకుంటారు.ఈ మొత్తం కార్యక్రమం అమలును గర్ల్ చైల్డ్ డెవలప్‌మెంట్ అధికారి (జీసీడీఓ) పర్యవేక్షిస్తున్నారు.

వందశాతం ఉత్తీర్ణతే లక్ష్యం

కేజీబీవీల్లో చదువుతున్న పదో తరగతి, ఇంటర్ విద్యార్థినులు వంద శాతం ఉత్తీర్ణత సాధించేందుకు సమగ్రశిక్ష రాష్ట్ర అధికారులు పంచతంత్ర ప్రణాళిక తయారు చేశారు .వంద రోజుల ఈ కార్యక్రమం గత నెలలో ప్రారంభమైంది. పాఠ్యాంశాల వారీగా యాక్షన్ ప్లాన్ తయారు చేశారు. ఇందులో స్టడీ ప్లానింగ్, వారంతపు పరీక్షలు, చదువులో వెనుకబడిన వారిపై ప్రత్యేక శ్రద్ధ, ఉపాధ్యాయులు-తల్లిదండ్రుల సమావేశాలు కీలకంగా ఉన్నాయి. ఈసారి ఉత్తమ ఫలితాలు సాధించిన విద్యార్థినులకు రూ.5 వేలు, వంద శాతం ఫలితాలు సాధించిన కేజీబీవీలకు రూ.50 వేలు నగదు బహుమతిని అందజేయనున్నారు. అలాగే వంద శాతం ఉత్తీర్ణత సాధించే జీసీడీఓలకు సన్మానం చేయనున్నారు.

ఉత్తమ ఫలితాల సాధనకు కృషి



ఈసారి కేజీబీవీల్లో వందశాతం ఉత్తీర్ణతే లక్ష్యంగా ప్రణాళిక రూపొందించాం. ఇందు కోసం విద్యా సంవత్సరం ప్రారంభం నుంచే చర్యలు తీసుకుంటున్నాం. పరీక్షలంటే భయాన్ని తొలగించాం. అన్ని కేజీబీవీల్లో విద్యార్థినులు పోటీపడి చదువుతున్నారు. ఈసారి మంచి ఫలితాలు సాధించేందుకు కృషి చేస్తున్నాం. వీలైనన్ని బహుమతులకు విద్యార్థినులు ఎంపికవుతారని ఆశిస్తున్నాం. – రాధమ్మ, జీసీడీఓ, సమగ్రశిక్ష

అభివృద్ధిలో జిల్లాను ఆదర్శంగా తీర్చిదిద్దుతాం

జెడ్పీ చైర్మన్ ఆకేపాటి అమరనాథరెడ్డి, ఎమ్మెల్యే శ్రీకాంత్ రెడ్డి

రాయచోటి : అభివృద్ధిలో అన్నమయ్య జిల్లా కేంద్రాన్ని ఆదర్శంగా తీర్చిదిద్దుతామని జెడ్పీ చైర్మన్ ఆకేపాటి అమరనాథరెడ్డి, ఎమ్మెల్యే శ్రీకాంత్ రెడ్డి పేర్కొన్నారు. బుధవారం రాయచోటి పట్టణ పరిధిలోని టిడ్కో ఇళ్లు-కస్తూర్బాపాఠశాల సమీపంలో 11 ఎకరాల్లో నిర్మించ తలపెట్టిన జిల్లా పరిషత్ కార్యాలయ నూతన భవన సముదాయానికి భూమిపూజ కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ముఖ్య అతిథులుగా జెడ్పీ చైర్మన్ ఆకేపాటి అమరనాథరెడ్డి, ఎమ్మెల్యే శ్రీకాంత్ రెడ్డి, మున్సిపల్ చైర్మన్ ఫయాజ్ బాషా పాల్గొన్నారు. జిల్లా కేంద్రంలో వందలాది కోట్ల రూపాయలతో జగనన్న ప్రభుత్వం చేపడుతున్న శాశ్వత భవన నిర్మాణాలు, రహదారులు, పార్కుల నిర్మాణాలతో రాయచోటి దిశ, దశ మారుతోందన్నారు. ఎమ్మెల్యే శ్రీకాంత్‌రెడ్డి మాట్లాడుతూ జిల్లా కేంద్రమైన తర్వాత రాయచోటిలో అన్ని విధాలుగా అభివృద్ధి కార్యక్రమాలు ముమ్మరంగా జరుగుతున్నాయన్నారు. పలు ప్రభుత్వ కార్యాలయాలకు శాశ్వత భవన నిర్మాణాలు ఇప్పటికే పూర్తయ్యాయని, మరికొన్ని పనులు వేగంగా జరుగుతున్నాయన్నారు. జెడ్పీ కార్యాలయ భవన సముదాయ నిర్మాణాలను 11 ఎకరాల్లో చేపడుతున్నట్లు చెప్పారు. జెడ్పీ చైర్మన్ ఆకేపాటి అమరనాథరెడ్డి సహకారంతో రూ. 1.20 కోట్లు మంజూరయ్యాయన్నారు. చిత్తూరు జెడ్పీ నుంచి మరో కోటి రూపాయలు నిధులు మంజూరుకు కృషి చేస్తున్నామన్నారు. పెద్ద సభా భవనం, క్యాంపు ఆఫీసు, ప్రహరీగోడ తదితర నిర్మాణాలు చేపట్టనున్నట్లు తెలిపారు. ఇటీవలనే ఇంటిగ్రేటెడ్ కలెక్టర్‌కు రూ. 100 కోట్లు నిధులు మంజూరు అయ్యాయని తెలిపారు. కలెక్టరేట్ భవన నిర్మాణ పనులు త్వరలోనే పనులు ప్రారంభమవుతాయన్నారు. ప్రభుత్వ భూములను ఎక్కడా అన్యాక్రాంతం కాకుండా చర్యలు చేపట్టామన్నారు. సీఎం వైఎస్ జగన్ మోహన్ రెడ్డి, ఎంపీ మిథున్ రెడ్డిల సహకారంతో నియోజకవర్గంలో అభివృద్ధి పనులు జరుగుతున్నాయని ఎమ్మెల్యే వివరించారు.

జెడ్పీ కార్యాలయ భవన సముదాయం నిర్మాణాలను త్వరితగతిన పూర్తి చేయాలని జెడ్పీ చైర్మన్ ఆకేపాటి అమరనాథరెడ్డి సూచించారు. ఎమ్మెల్యే శ్రీకాంత్ రెడ్డి కృషితో జిల్లా కేంద్రంలో అన్ని విధాల అభివృద్ధి చెందుతోందని తెలిపారు.

ఘనస్వాగతం

జెడ్పీ కార్యాలయ భవన సముదాయం నిర్మాణ భూమిపూజకు విచ్చేసిన జెడ్పీ చైర్మన్ ఆకేపాటి అమరనాథరెడ్డి, ఎమ్మెల్యే శ్రీకాంత్ రెడ్డిలకు స్థానిక నాయకులు, అధికారులు ఘనస్వాగతాలు పలికారు. అంతకు ముందు భూమి పూజతోపాటు అభివృద్ధి కార్యక్రమాల ప్రారంభోత్సవ శిలాఫలకాన్ని వారు ఆవిష్కరించారు. కార్యక్రమంలో జెడ్పీ సీఈఓ సుధాకర్ రెడ్డి, స్టేట్ సివిల్ సప్లైస్ డైరెక్టర్ పోలు సుబ్బారెడ్డి, ఏపీఐఐసీ డైరెక్టర్ శ్రీనివాసులు రెడ్డి, మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్ వండాడి వెంకటేశ్వర్లు, వైస్ చైర్మన్ తబ్రేజ్ ఖాన్, జెడ్పీటీసీలు వెంకటేశ్వరరెడ్డి, మాసన వెంకటరమణ, ఎస్‌కె ఖాదర్ మొహిద్దీన్, ఎంపీటీసీ లక్కిరెడ్డిపల్లి సుదర్శన్ రెడ్డి, మండల బీసీ నాయకుడు పల్లపు రమేష్, వైస్ ఎంపీపీలు మిట్టపల్లె యదభూషన్ రెడ్డి, రవిశంకర్ రెడ్డి పాల్గొన్నారు.



జిల్లా పరిషత్ భవన నిర్మాణ ప్రాంతంలో అభివృద్ధి పనులకు శంకుస్థాపన చేస్తున్న జెడ్పీ చైర్మన్ ఆకేపాటి అమరనాథరెడ్డి, ఎమ్మెల్యే శ్రీకాంత్ రెడ్డి తదితరులు

వైభవంగా ఆదిశంకరాచార్యుల విగ్రహ ప్రతిష్ట





మాట్లాడుతున్న ప్రభుత్వవిప్ కొరముట్ల (ఇన్‌సెట్) ప్రతిష్టించిన ఆదిశంకరాచార్యుల వారి మూలవిరాట్

రైల్వేకోడూరు అర్బన్ : రైల్వేకోడూరు పట్టణంలోని కొత్తకోడూరులో నూతనంగా నిర్మించిన ఆది శంకరాచార్యుల మఠంలో మూలవిరాట్ శంకరాచార్యుని విగ్రహ ప్రతిష్ట బ్రాహ్మణ సంఘం ఆధ్వర్యంలో బుధవారం నిర్వహించారు. ముఖ్య అతిథిగా ప్రభుత్వవిప్ కొరముట్ల శ్రీనివాసులు హాజరయ్యారు. వేదపండితులు ప్రాతఃకాల పూజ, దీక్షాహోమాలు జరిపి ఆది శంకరాచార్యుల విగ్రహ ప్రాణప్రతిష్ట నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ప్రభుత్వవిప్ కొరముట్ల మాట్లాడుతూ బ్రాహ్మణ సంఘం ఆధ్వర్యంలో శంకరమఠం నిర్మించి ఆదిగురువు జగద్గురు ఆదిశంకరాచార్యుల వారి విగ్రహాన్ని ప్రతిష్టించడం గొప్ప విషయమన్నారు. భారతదేశ నలుమూలలకు హిందూ ధర్మాన్ని అతి చిన్న వయస్సులో విస్తృతం చేసిన శివస్వరూపుడు ఆదిశంకరాచార్యులని తెలిపారు. సుమారు 800 మందికి అన్నదానం నిర్వహించారు. కార్యక్రమంలో జిల్లా వ్యవసాయ సలహామండలి చైర్మన్ పంజం సుకుమార్ రెడ్డి, వైస్ ఎంపిపి రామిరెడ్డి ధ్వజారెడ్డి, ముప్పాల హేమనవర్మ, ఉప సర్పంచ్ తోట శివ సాయి, సీడీ నాగేంద్ర, మందల నాగేంద్ర, సిహెచ్ రమేష్, సంఘ నాయకులు, ఆర్‌పీ సురేష్ బాబు, సి నరసింహశర్మ, సురేష్, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

గరుడునిపై ఘనశ్యాముడు

కడప కల్చరల్ : దేవునికడప శ్రీ లక్ష్మి వెంకటేశ్వర స్వామి ఆలయ వార్షిక బ్రహ్మోత్సవాల్లో భాగంగా బుధవారం ఉదయం స్వామి ముత్యపు పందిరివాహనంలో మాడవీధుల్లో విహరించారు. సాయంత్రం తన దర్శనం కోసం ఎదురుచూస్తున్న భక్తులను కరుణించేందుకు ఘనశ్యాముడు విష్ణుమూర్తి గరుడునిపై కొలువుదీరాడు. సకల ఆయుధాలను ధరించి విహగవరునిపై విహాయస వీధుల నుంచి ఇలకు దిగి ముల్లోకాలను కటాక్షిస్తూ ఆ మాడవీధుల్లో సాగాడు. బ్రహ్మోత్సవాల్లో భాగంగా సోమవారం ఉదయం 10 గంటల నుంచి కల్యాణోత్సవం నిర్వహించనున్నారు. రాత్రి 8 గంటల నుంచి స్వామివారు గజవాహనంపై మాడవీధుల్లో విహరిస్తారు.



గరుడవాహనంపై కొలువుదీరిన స్వామివారు

కౌంటింగ్ కేంద్రాల ఏర్పాటుకు స్థల పరిశీలన



కళాశాలను పరిశీలిస్తున్న కలెక్టర్ అభిషిక్త్ కిషోర్

రాయచోటి : 2024 సార్వత్రిక ఎన్నికల్లో భాగంగా పోలింగ్ అనంతరం ఈవీఎంల భద్రత, కౌంటింగ్ కేంద్రాల ఏర్పాటు నిమిత్తం అనువైన స్థలాన్ని ఎంపిక చేయటంలో గల అవకాశాలు, సాధ్యాసాధ్యాల అంశాలపై రాయచోటిలోని శ్రీ సాయి ఇంజనీరింగ్ కళాశాల, జూనియర్ కళాశాలలను జిల్లా కలెక్టర్ అభిషిక్త్ కిషోర్ తనిఖీ చేశారు. బుధవారం ఉదయం అధికారులతో కలిసి కళాశాలల పరిధిలో ఉన్న భవనాలను పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా కళాశాల మ్యాపులను, కళాశాల విస్తీర్ణం, కళాశాలలోని తరగతి గదులు, లేబరేటరీలు, మొదటి అంతస్తులో రూములను విస్తృతంగా కలియతిరిగారు. ఈవీఎంల భద్రత, స్ట్రాంగ్ రూములు, కౌంటింగ్ హాల్స్ ఏర్పాటుకు గల సాధ్యాసాధ్యాలపై అధికారులతో చర్చించారు. కాలేజీకి సంబంధించిన పూర్తి సమాచారంతో ప్రతి గదిని గుర్తించగలిగేలా పేర్లతో సహా స్పష్టమైన మ్యాపును రూపొందించి సమర్పించాలని ఆదేశించారు. అనంతరం వివిధ అంశాలపై అధికారులతో కాలేజీ యాజమాన్యంతో చర్చించారు. ఈ కార్యక్రమంలో జాయింట్ కలెక్టర్ ఫర్మాన్ అహ్మద్‌ఖాన్, సర్వే శాఖ జిల్లా అధికారి జయరాజ్, ఆర్ అండ్ బీ ఈఈ సహదేవరెడ్డి, మునిసిపల్ కమిషనర్ శ్రీనివాసరావు, సాయి ఇంజనీరింగ్ కళాశాల ప్రిన్సిపల్, అసిస్టెంట్ డైరెక్టర్ రెవెన్యూ అధికారులు, సిబ్బంది తదితరులు పాల్గొన్నారు.

నమస్తే పథకానికి దరఖాస్తులు

రాయచోటి అర్బన్ : నమస్తే పథకానికి అర్హులైన సెప్టిక్‌ట్యాంకర్ల డ్రైవర్లు, సహాయకులు వెంటనే దరఖాస్తు చేసుకోవాలని మున్సిపల్ కమిషనర్ శ్రీనివాసరావు ఒక ప్రకటనలో కోరారు. సఫాయి కార్మికుల వివరాల నమోదుకు 15వ తేదీ గురువారం మున్సిపల్ కార్యాలయం ప్రజారోగ్య విభాగంలో ప్రత్యేక శిబిరం నిర్వహిస్తున్నట్లు తెలిపారు. పథకం ద్వారా కార్మికులకు రూ. 30లక్షల ప్రమాదబీమా, కార్మికుల పిల్లలకు స్కాలర్‌షిప్‌లు, బ్యాంకురుణాల మంజూరు తదితర ప్రయోజనాలు చేకూరుతాయన్నారు.

అక్కచెల్లెమ్మల ఆనందం



ఈమె పేరు ఓర్సు రాజ్యలక్ష్మి. వైఎస్సార్ జిల్లా చింతకొమ్మదిన్నె మండలం బుగ్గలేటిపల్లె గ్రామం. అంగన్వాడీ కేంద్రంలో ఆయాగా పని చేస్తోంది. సంవత్సరాల తరబడి అద్దె ఇంట్లో జీవనం సాగిస్తోంది. సీఎం వైఎస్ జగన్ పేదలను గుర్తించి ఇంటి స్థలాలను కేటాయించారు. రుద్రయ్యగారిపల్లెలో ఇంటి స్థలంతో పాటు ఇంటి నిర్మాణం కోసం ప్రభుత్వం నిధులు మంజూరు చేసింది. ప్రస్తుతం ఉన్న రేట్లల్లో అడుగు స్థలం కొనలేని మాలాంటి వాళ్లకు ఉచితంగా ఇంటిస్థలం ఇవ్వడంతోపాటు, హక్కులు కల్పిస్తున్నారని రాజ్యలక్ష్మి సంతోషం వ్యక్తం చేస్తోంది.సొంత ఇంటి కల నెరవేరుస్తున్న జగనన్నకు రుణపడి ఉంటామని చెబుతోంది.



మాకు ఇప్పటిదాకా సొంతిల్లు లేదు. గత టీడీపీ ప్రభుత్వ హయాంలో చాలామార్లు దరఖాస్తు చేసుకున్నా ఇళ్లు మంజూరు కాలేదు. వైఎస్సార్‌సీపీ ప్రభుత్వం వచ్చిన తర్వాత దరఖాస్తు చేసుకున్నా. ఎవరి ప్రమేయం లేకుండానే నాకు చిన్నశెట్టిపల్లె జగనన్న కాలనీలో ఇల్లు మంజూరైంది. నిర్మాణం పూర్తి కావచ్చింది. ఇంటిపై నాకు పూర్తి హక్కును కల్పిస్తూ సీఎం వైఎస్ జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి ప్రభుత్వం రిజిస్ట్రేషన్ చేయించారు. అధికారులు ఇటీవలే నాకు ఇంటి హక్కు పట్టాను అందచేశారు. ఈ ప్రభుత్వం ద్వారా మాకు సొంత ఆస్తి చేకూరింది. సొంతింటి కలసాకారం చేసిన జగనన్న ప్రభుత్వానికి ధన్యవాదాలు చెబుతోంది వైఎస్సార్ జిల్లా ప్రొద్దుటూరుకు చెందిన ఎరికల నాగలక్ష్మమ్మ.



వైఎస్సార్ జిల్లా ఎర్రగుంట్లలో లబ్ధిదారులకు రిజిస్ట్రేషన్ చేయిస్తున్న సిబ్బంది

- స్థిరాస్థిపత్రాలతో మురిసిపోతున్న మహిళలు
- యజ్ఞంలా సచివాలయాల్లో ఇళ్లస్థలాల రిజిస్ట్రేషన్లు
- 39,764 మందికి స్థలాల హక్కులు

వైఎస్సార్ జిల్లాలో దరఖాస్తుల వివరాలు ఇలా..

రెవిన్యూ డివిజన్	గ్రామాలు	దరఖాస్తులు	రిజిస్ట్రేషన్ చేసినవి	చేయాల్సినవి
బద్వేల్	65	11,204	6,445	4,759
జమ్మలమడుగు	108	30,188	17,364	12,824
కడప	72	26,793	12,847	13,946
పులివెందుల	84	12,691	3,108	9,583
గ్రాండ్ టోటల్	329	80,876	39,764	41,112



సాక్షి ప్రతినిధి, కడప : మహిళాభ్యున్నతికి సీఎం వైఎస్ జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి సర్కార్ కృతనిశ్చయంతో ఉంది. ఆర్థికాభివృద్ధి సాధించేందుకు ఆసరాగా నిలుస్తోంది. స్థిరాస్తి సమకూర్చుతూ జీవితాలకు భరోసా ఇస్తోంది. భవిష్యత్ తరాల ముందు అక్కచెల్లెమ్మల గౌవరాన్ని పెంచేందుకు విశేష కృషి చేస్తోంది. సొంత ఇంటి కల నెరవేర్చే ప్రక్రియలో భాగంగా ఇంటి స్థలాలను మహిళామణుల పేరిట ఉచితంగా రిజిస్ట్రేషన్ చేయిస్తోంది. ఆడపడుచులకు సంపూర్ణ హక్కులు కల్పిస్తుండటంతో వారి మోములో ఆనందం తాండవిస్తోంది. వైఎస్సార్ జిల్లా వ్యాప్తంగా స్థలాల రిజిస్ట్రేషన్ ప్రక్రియ ఈనెల 1వతేదీ నుంచి ప్రారంభమైంది. 80,876 దరఖాస్తులు లభించగా ఇప్పటికే 39,764 మందికి రిజిస్ట్రేషన్లు చేయించారు. మరో 41,112 మందికి హక్కులు కల్పించే పనిలో అధికార యంత్రాంగం నిమగ్నమైంది.

జోరుగా ఇళ్ల స్థలాలు రిజిస్ట్రేషన్లు...

ఇళ్ల స్థలాల రిజిస్ట్రేషన్ ప్రక్రియ గ్రామ సచివాలయాలల్లో జోరుగా సాగుతోంది. కడప రెవెన్యూ డివిజన్ పరిధిలో 48 శాతం, బద్వేల్ రెవిన్యూ డివిజన్ పరిధిలో 57.5శాతం, జమ్మలమడుగు పరిధిలో 57.5శాతం, పులివెందుల పరిధిలో 49శాతం ఇప్పటికే రిజిస్ట్రేషన్లు మహిళామణుల పేరిట చేశారు. ఇదివరకు డీ ఫారాలను మాత్రమే ఇచ్చేవారు. అలా పొందిన వారు నివసించడం మినహా హక్కులు ఉండేవి కావు. ప్రస్తుతం వైఎస్సార్‌సీపీ ప్రభుత్వం మహిళలకు సంపూర్ణ హక్కులు కల్పిస్తోంది. జిల్లా వ్యాప్తంగా 80,876 మంది మహిళలకు ఇంటి స్థలాలు రిజిస్ట్రేషన్ చేయిస్తున్నారు.

రిజిస్ట్రేషన్ల ప్రక్రియ వేగవంతం



ఇంటిస్థలాలు మంజూరైన మహిళలకు రిజిస్ట్రేషన్ ప్రక్రియ కొనసాగుతోంది. ఇప్పటి వరకు 55శాతం పైబడి రిజిస్ట్రేషన్లు చేశారు. రెవెన్యూ డివిజన్ల వారీగా ఏవైనా సమస్యలుంటే పరిష్కరించుకుంటూ ఎక్కడికక్కడ వేగవంతంగా కొనసాగిస్తున్నారు. – జి గణేష్‌కుమార్, జాయింట్ కలెక్టర్

రూపాయి ఖర్చు లేకుండానే ఇస్తున్నారు



జీవనోపాధి కోసం మగ్గం నేర్చుకొని అద్దె ఇంట్లో జీవనం కొనసాగిస్తున్నాం. వైఎస్ జగన్‌మోహన్ రెడ్డి సీఎం అయ్యాక, రుద్రయ్యగారిపల్లెలో ఇంటి స్థలాలు ఇచ్చారు. రూపా యి ఖర్చు లేకుండా మాపేరిట రిజిస్ట్రేషన్ చేయించి హక్కు పత్రాలు ఇచ్చారు. సొంత ఇంటి కలను సీఎం వైఎస్ జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి నెరవేర్చుతున్నారు. మాలాంటి తోబుట్టువులకు అండగా నిలుస్తున్నారు. – లక్ష్మీనారాయణమ్మ, బుగ్గలేటిపల్లె.

హక్కులు దక్కించుకున్నాం



మా భర్త అనారోగ్యంతో మృతి చెంది ఐదేళ్లు అయింది. పిల్లలతో కలసి బాడుగ ఇంటిలో నివాసం ఉంటాను. వైఎస్ జగనన్న ప్రభుత్వం పేదలందరికీ ఇళ్లు పథకంలో నాకు ఇంటి స్థలంతో పాటు ఇళ్లు మంజూరు అయింది. ప్రస్తుతం జగనన్నకాలనీలో ఇంటి నిర్మాణ పనులు కూడా పూర్తయ్యాయి. మాకు సాధ్యం కాని సొంత హక్కులు దక్కించుకున్నాం. – కుమ్మరి దివ్య, ఎర్రగుంట్ల

క్లుప్తంగా

జూదరుల అరెస్ట్

మదనపల్లె : పట్టణంలోని అమ్మచెరువుమిట్ట సమీపంలో జూదం ఆడుతున్న ముగ్గురిని అదుపులోకి తీసుకున్నట్లు టూటౌన్ సీఐ యువరాజ్ తెలిపారు. వారి వద్ద నుంచి రూ.2,100 స్వాధీనం చేసుకున్నామని ఆయన పేర్కొన్నారు. కేసు నమోదు చేసినట్లు తెలిపారు.

పోలీసు కుటుంబానికి ఆర్థిక సాయం

రాయచోటి : అనారోగ్యంతో మరణించిన పోలీసు కుటుంబానికి రూ.1.75 లక్షల ఆర్థిక సాయాన్ని అన్నమయ్య జిల్లా అదనపు ఎస్పీ విబి రాజ్ కమల్ అందజేశారు. బుధవారం ఎస్పీ బి.కృష్ణారావు ఆదేశాల మేరకు జిల్లా పోలీస్ ప్రధాన కార్యాలయంలో చెక్కును అందజేసినట్లు అదనపు ఎస్పీ తెలిపారు. ఏఆర్ కానిస్టేబుల్ ఎం.వెంకటేశ్వర్లు అనారోగ్యంతో బాధపడుతూ ఈ మధ్యకాలంలో మృతి చెందినట్లు కుటుంబీకులు తెలిపారు. పోలీసు వితరణ నిధి నుంచి ఈ ఆర్థిక సాయం అందజేసినట్లు అదనపు ఎస్పీ తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో డీపీఓ ఏఏఓ కృష్ణుడు, జూనియర్ అసిస్టెంట్ భరత్ కుమార్‌రెడ్డి పాల్గొన్నారు.

జాగ్రత్తలతోనే ప్రమాదాల నివారణ



మాట్లాడుతున్న జిల్లా ఎస్పీ క్రిష్ణారావు

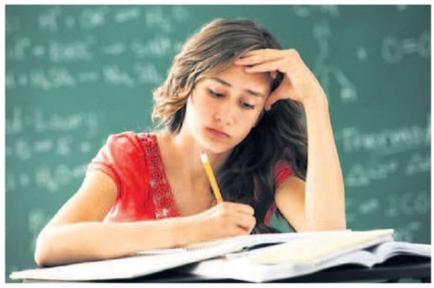
రాయచోటి అర్బన్ : డ్రైవర్లు తగు జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం ద్వారా ప్రమాదాలను నివారించవచ్చునని జిల్లా ఎస్పీ క్రిష్ణారావు అన్నారు. బుధవారం స్థానిక ఆర్టీసీ డిపోలో రోడ్డు భద్రతా ముగింపు మాసోత్సవాలకు ఆయన ముఖ్య అతిథిగా హాజరయ్యారు. ఈ సందర్భంగా మాట్లాడుతూ ప్రయాణికుల క్షేమమే తమ పరమావధిగా భావించి డ్రైవర్లు వాహనాలను నడపాలని కోరారు. జిల్లా రవాణా అధికారి దినేష్‌చంద్ర మాట్లాడుతూ ప్రమాదాలు అధికంగా జరుగుతున్న ప్రాంతాలను బ్లాక్‌స్పాట్‌లుగా గుర్తించాలని సూచించారు. ఆర్టీసీ జిల్లా ప్రజా రవాణాధికారి రాము మాట్లాడుతూ ఆర్టీసీ ప్రయాణం సురక్షితం అనే భావనను ప్రయాణికుల్లో కలిగించాలని పేర్కొన్నారు. జిల్లా వ్యాప్తంగా పలు డిపోల పరిధిలో గత 33 ఏళ్లుగా ప్రమాదాలకు దూరంగా ఆర్టీసీ బస్సులను నడుపుతూ ఉత్తమ డ్రైవర్లుగా ఎంపికైన 10 మందిని అధికారులు ఘనంగా సన్మానించారు. కార్యక్రమంలో రాయచోటి ఆర్టీసీ డీఎం ధనుంజయతోపాటు పలువురు డిపో అధికారులు పాల్గొన్నారు.

కారు డ్రైవర్ హల్‌చల్

కడప అర్బన్ : కడప నగరంలోని ఐటిఐ సర్కిల్ నుంచి జెడ్పీ వైపు వెళుతున్న ఓ కారు డ్రైవర్ కంయజమాని వేగంగా దూసుకురావడంతో.. అదుపుతప్పి సబ్ రిజిస్ట్రార్ కార్యాలయం వద్ద ఓ వ్యక్తి గాయపడ్డాడు. మూడు ద్విచక్ర వాహనాలు పాక్షికంగా దెబ్బతిన్నాయి. సంఘటన జరిగిన వెంటనే కారులో నుంచి మహిళలు దిగి గాయపడిన వ్యక్తిని ఆసుపత్రికి పంపించారు. అదే విధంగా దెబ్బతిన్న వాహనాలకు సంబంధించి మరమ్మతులు చేయిస్తామని ఒప్పుకోవడంతో పరిస్థితి సద్దుమణిగింది.

ఒత్తిడిని ఓడిద్దాం.. విజయం సాధిద్దాం

ఈ మధ్య నిర్మల(పేరు మార్చాం)కు నిద్రపట్టడం పెద్ద సమస్యగా మారింది. భోజనం కూడా సరిగా చేయాలనిపించడం లేదు. తరచూ తలనొప్పితో బాధపడుతోంది. చీటికీమాటికీ చిరాకు పడుతోంది. కుంగుబాటుకు లోనవుతోంది. రోజురోజుకూ మరింత ఆందోళనకు గురవుతోంది. ఫలితంగా ఏకాగ్రత దెబ్బతింటోంది. దీంతో సరిగ్గా చదవలేకపోతోంది. దీనికంతటికీ కారణం త్వరలో ఇంటర్ పరీక్షలు ప్రారంభం కానుండటం. ఆమె పరీక్షలకు సిద్ధమయ్యే ప్రయత్నం బాగా చేస్తున్నా అనవసర భయాందోళనలకు గురవుతోంది. ఇది ఒక్క నిర్మల సమస్యే కాదు.. టెన్త్, ఇతర పోటీ పరీక్షలకు సిద్ధమవుతున్న చాలా మంది విద్యార్థుల పరిస్థితి.



సాక్షి, కడప డెస్క్ : పదో తరగతి, ఇంటర్ పరీక్షలతోపాటు పలు కాంపిటేటివ్ ఎగ్జామ్స్‌కు నోటిఫికేషన్‌లు వచ్చాయి. టెన్త్ పరీక్షలకు దాదాపు నెల రోజుల సమయం ఉండగా, ఇంటర్మీడియెట్ పరీక్షలకు రెండు వారాల సమయం మాత్రమే ఉంది. ఈ సమయంలో పిల్లలు చాలా కష్టపడి చదువుతుంటారు. ఉత్తమ మార్కులు సాధించాలన్న ఒత్తిడి వారిలో అధికంగా ఉంటుంది. అత్యుత్తమ మార్కులు సాధించాలన్న లక్ష్యంతో సమయాన్ని వృథా చేయకుండా చదువుతుంటారు. సరిగా నిద్రపోరు. ఆహారం కూడా సరిగా తీసుకోరు. ఆరోగ్యంపై శ్రద్ధ చూపరు. ప్రణాళిక లేమి స్పష్టంగా కనిపిస్తుంటుంది. ఫలితంగా తీవ్రమైన ఆందోళన, మానసిక సమస్యలకు గురవుతారు. పైగా మార్కుల గురించి కుటుంబ సభ్యులు, తల్లిదండ్రుల భారీ అంచనాలు కూడా వీరిని కుంగుబాటుకు గురిచేసే ప్రమాదముంది.

- ఒత్తిడిని సూచించే కొన్ని సంకేతాలు
- కడుపులో తిప్పుతున్న అనుభూతి
- వికారంగా అనిపించడం
- అరచేతుల్లో చెమటలు పట్టడం
- మైకం కమ్మినట్లు అనిపించడం
- గుండె వేగంగా కొట్టుకోవడం
- మెదడులో శూన్య భావన
- ఏకాగ్రత లోపం
- అయోమయం/భారంగా/నిస్పృహగా అనిపించడం
- కుదురుగా ఉండకపోవడం/ రోదించడం/ పళ్లు కొరకడం/ వ్యాకులత / అటూ ఇటూ తిరగడం/ గోళ్లు కొరకటం వంటివి
- 'నేనిది చేయలేను', 'నేనిందుకు తగను' వంటి ఆలోచనలు.

పరీక్షల కోసం సిద్ధమయ్యేటపుడు లేదా జరుగుతున్నపుడు విద్యార్థులు, అభ్యర్థులు పలు విషయాలపై దృష్టి సారించాల్సి ఉంటుంది. ఒత్తిడిని అధిగమించేందుకు, కుంగుబాటు నుంచి తప్పించుకునేందుకు కొన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి.

ఆరోగ్యకర ఆహారం తీసుకోవాలి

పరీక్షల సమయంలో చాలా మంది విద్యార్థులు సరైన సమయానికి ఆహారం తీసుకోకపోవడం వల్ల ఇబ్బందులు తలెత్తుతాయి. జంక్ ఫుడ్ తాత్కాలికంగా మంచి అనుభూతినిస్తుంది.. కానీ, ఇది జీవక్రియలను మందగింపజేసి అలసటకు, బద్ధకానికి దారితీస్తుంది. కాబట్టి, సమతుల ఆహారం తీసుకోవడంపై దృష్టి సారించండి.

ఆకుకూరలు, కూరగాయలతో కూడిన ఆహారాన్ని తీసుకోవాలి. అలాగే పాలు, పెరుగుతో తయారు చేసిన పదార్థాలతోపాటు మాంసకృత్తులు కలిగివున్న కోడిగుడ్డును తినాలి. పండ్లలో అరటి, యాపిల్, బొప్పాయి, సపోటా పండ్లను తింటే మెదడు చురుకుగా పని చేస్తుంది. మంచి ఆహారం తీసుకోవడంతోపాటు శరీరంలో నీటిశాతం తగ్గిపోకుండా ఉండేందుకు ప్రతి రోజు ఎనిమిది పెద్ద గ్లాసుల నీటిని తాగాలి. పుష్కలంగా నీరు తీసుకోవడం ద్వారా హైడ్రేటెడ్‌గా ఉండండి. మీ స్టడీ డెస్క్‌పై, మీతోపాటు వాటర్ బాటిల్‌ను పెట్టుకోండి. నీటితోపాటు పుదీనా ఆకులు, లేదా నిమ్మకాయలతో తయారు చేసిన రసాయనాలను తీసుకోండి. ఈ సీజన్ లో మీ శరీరం డీహైడ్రేషన్ కు గురవుతుంది. కాబట్టి నీటితోపాటు జ్యూస్ లు తీసుకోవడం చాలా కీలకం. కెఫీన్, నికోటిన్, ఆల్కహాల్ వంటి ఉత్ప్రేరక పదార్థాలు ఒత్తిడిని పెంచే అవకాశాలు అధికంగా ఉంటాయి. వీటికి దూరంగా ఉండాలి.

సమయానికి తినాలి

సమయానికి ఆహారం తీసుకోకపోవడం అనారోగ్యానికి గురి చేస్తుంది. ముఖ్యంగా పరీక్షల సమయంలో టైం టు టైం భోజనం చేయాలి. పరీక్షలకు సన్నద్ధమయ్యేటపుడు, పరీక్షా సమయాల్లో భోజనం చేయకపోవడం వల్ల అనారోగ్యం, చికాకు, తక్కువ శక్తికి దారితీయవచ్చు. పరీక్షల సమయంలో షెడ్యూల్ పెట్టుకోండి. దాని ప్రకారం ఫాలో అవ్వండి. మీకు శక్తినిచ్చే ఆహార పదార్థాలు ఎక్కువగా తినేలా చూసుకోండి.

జ్ఞాపకశక్తిని పెంచేలా..

జ్ఞాపకశక్తి, మెదడు పనితీరును మెరుగుపరచడానికి ఒమేగా 3 కొవ్వు ఆమ్లాలు అవసరం. చేపల్లో ఒమేగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్స్ పుష్కలంగా ఉంటాయి. వాల్‌నట్‌లు, అవిసె గింజలు (అల్సీ), గుమ్మడికాయ గింజలు, నువ్వుల గింజలు (టిల్), సోయాబీన్ నూనె, కనోలా నూనె వంటివి తీసుకోవాలి. ఒమేగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్స్‌తో కూడిన సప్లిమెంట్లు కూడా పుష్కలంగా ఉంటాయి. కాబట్టి పరీక్షల సమయంలో వీటిని తీసుకోవాలి. ఫ్రీ రాడికల్స్‌తో పోరాడడం ద్వారా, విటమిన్లు A, C, E వంటి యాంటీఆక్సిడెంట్లు అధిక ఒత్తిడి కారణంగా మెదడు కణాలకు హానిని తగ్గిస్తాయి.

ఎక్కువగా మేలుకోకూడదు

రాత్రి వేళల్లో ఎక్కువసేపు మేల్కొని చదవడం వల్ల శరీరంలో కూడా వివిధ రకాల ప్రభావాలు ఏర్పడతాయి. ప్రధానంగా ఒత్తిడిని మరింత పెంచడంతోపాటు ఆరోగ్యంపై తీవ్ర ప్రభావాన్నే చూపుతుంది. అందువల్ల విద్యార్థులు ఏడు నుంచి ఎనిమిది గంటల వరకు విధిగా నిద్రపోవాలి. సంపూర్ణ విశ్రాంతి పొందిన తర్వాత పరీక్షల తయారీకి తిరిగి కొత్త ఉత్సాహం పుంజుకోవచ్చు. తద్వారా మీరు చదివినదంతా మెరుగ్గా గుర్తు తెచ్చుకునే అవకాశం ఉంటుంది.

వ్యాయామం అవసరం

రోజూ కనీసం 15-20 నిమిషాల పాటు ఏదో ఒక వ్యాయామం క్రమం తప్పకుండా చేయాలి. తద్వారా శరీరం, మనసు కూడా పునరుత్తేజం పొందుతాయి. యోగా, ధ్యానం వంటివి చేయడం వల్ల ఒత్తిడి దూరమై మనసు ఉల్లాసంగా ఉంటుంది. ఫలితంగా మన శక్తిసామర్థ్యాలను సమర్థవంతంగా వినియోగించుకునే వీలుంటుంది.

విరామం ముఖ్యం

పరీక్షల సమయం ముంచుకొచ్చే కొద్దీ అనేక మంది విద్యార్థులు క్షణం తీరిక లేకుండా చదువుతుంటారు. ఇలా చదవడం వల్ల మెదడుపై వత్తిడి పెరుగుతుంది. ఈ కారణంగా చదివిన విషయాలు గుర్తు పెట్టుకోవడం కష్టమవుతుంది. అందువల్ల విద్యార్థులు విడతల వారీగా విరామం తీసుకోవడం చాలా అవసరం. తేలికపాటి ఆటలు, సామాజిక-ఆధ్యాత్మిక కార్యకలాపాలు, సంగీతం, డైరీ రాయడం, చిత్రలేఖనం తదితర అభిరుచులతో మనసు తేలికపరుచుకోవాలి.

టైం టేబుల్ ప్రకారం..

పరీక్షలకు సమయం తక్కువ ఉన్నందున విద్యార్థులు ఏ సబ్జెక్టు ఎప్పుడు చదవాలి అనే విషయంపై ఓ ప్రణాళికను రూపొందించుకోవాలి. అందుకు అనుగుణంగా టైం టేబుల్‌ను కూడా తయారు చేసుకొని ఆ సమయం ప్రకారం చదవాలి. చాలా మంది విద్యార్థులు కష్టతరమైన సబ్జెక్టులను చివరగా చదవుదామన్న అభిప్రాయం ఉంటుంది. అయితే ఇది సరైన అభిప్రాయం కాదని విద్యావేత్తలు అంటున్నారు. ముందు కష్టతరమైన పాఠ్యాంశాలను చదవడం పూర్తి చేస్తే ఆ తరువాత సులభతరమైన పాఠ్యాంశాలను త్వరగా చదివి పూర్తి చేసుకోవచ్చు.

మరిన్ని జాగ్రత్తలు

సబ్జెక్టుకు సంబంధించిన అవసరమైన వివిధ చర్చనీయాంశాలు, తేదీలు, వనరుల గురించి ముందుగానే సమాచారం సేకరించుకోవాలి. దీనివల్ల చివరి నిమిషపు హడావుడి తప్పుతుంది. మీ పరిసరాలను పరిశుభ్రంగా ఉంచుకోవడం, చదువుకు తగిన వాతావరణం సృష్టించుకోవడం కూడా ఎంతో ఉపయుక్తంగా ఉంటుంది. అలాగే ఏ పనినైనా ఓ క్రమపద్ధతి ద్వారా చేయడం వల్ల సమయాన్ని నియంత్రణలో ఉంచుకోవచ్చు. పని పూర్తి చేయడానికి మీకెంత సమయం పడుతుందో వాస్తవ అంచనా వేసుకుని, దానికి కట్టుబడటం వల్ల ఎంతో ప్రయోజనం ఉంటుంది. పరీక్ష రోజున మీకు కావాల్సినవేమిటో నిర్ణయించుకుని ముందు రాత్రే సిద్ధంగా ఉంచుకోండి. అలాగే పరీక్షకు వెళ్లేముందు మీకు ఆందోళనగా అనిపిస్తే కాస్త నిదానించి, నిండైన శ్వాసతో ఏకాగ్రత సాధనకు ప్రయత్నించండి. నిండుగా ఊపిరి పీలుస్తూ 3 అంకెలు లెక్కించండి. ఆపైన ఊపిరి బిగబట్టి 3 అంకెలు, ఊపిరి విడుస్తూ 3 అంకెలు లెక్కించండి. ఇలా మీరు స్థిమితపడే దాకా శ్వాస మీదనే ధ్యాసను కొనసాగించండి. పరీక్ష వేళ ప్రశ్నపత్రంలో మీకు జవాబు తెలిసిన ప్రశ్నలకే ముందు సమాధానాలు రాయండి. ఇతరులు ఏం చేస్తున్నారో పట్టించుకోకండి.

డాక్టర్‌ను సంప్రదించండి

పరీక్షల సమయంలో మానసిక సమస్యలు, ఒత్తిడి, కుంగుబాటుకు గురైనపుడు అందుబాటులో ఉన్న సమాచారంతో స్వీయవైద్యానికి ప్రయత్నించకూడదు. పరిస్థితి తీవ్రతను బట్టి నిపుణుల సలహాలు, సూచనలు తీసుకోవాలి. అవసరమైనపుడు డాక్టర్‌ను తప్పకుండా సంప్రదించాలి.

మార్కులు, గ్రేడ్‌లు ముఖ్యం కాదు



పరీక్షల సమయంలో పెద్ద సంఖ్యలో విద్యార్థులు ఒత్తిడికి గురవుతున్నారు. తల్లిదండ్రుల పాత్ర కూడా ఇందులో ఉంది. పిల్లలు తగినంత నిద్రపోయేలా చూడాలి. మంచి ఆహారం తినేలా చూడాలి. అనవసరమైన ఒత్తిడికి గురికాకుండా వారిని ప్రోత్సహించాలి. మార్కులు, గ్రేడ్‌లు మాత్రమే జీవితం కాదని ధైర్యం చెప్పాలి.

- డాక్టర్ వెంకటరాముడు, సూపరింటెండెంట్, మానసిక వైద్యశాల, రిమ్స్, కడప

మొబైల్ ఫోన్‌ను పక్కన పెట్టేయాలి



ప్రతి విద్యార్థి పరీక్షల సమయంలో కచ్చితంగా మొబైల్ ఫోన్‌ను పక్కన పెట్టేయాలి. పూర్తిగా చదువు మీదనే శ్రద్ధ ఉంచాలి. మొబైల్ ఫోన్‌ను ఉపయోగిస్తే చదువుకున్నప్పటికీ ఏకాగ్రత సన్నగిల్లుతుంది. దీంతోపాటు మంచి నిద్ర, ఆహారం తీసుకోవాలి. కొన్ని గంటల పాటు చదివిన తరువాత మొక్కలకు నీళ్లు పోయడం, పెయింటింగ్, ఇతర మంచి అలవాట్లతో రిలాక్స్ కావాలి. తరువాత మరలా చదువుపై దృష్టి సారించాలి.

- పి.వి.సునీత, సైకాలజిస్ట్, వన్‌స్టాప్ సెంటర్, కడప

నవశకం



వైఎస్ జగన్ ముఖ్యమంత్రిగా బాధ్యతలు స్వీకరించాక ప్రజా సంక్షేమానికి ప్రాధాన్యత ఇస్తున్నారు. నెలల తరబడి ఆఫీసుల చుట్టూ తిరిగినా లభించని సర్టిఫికెట్లు నేడు జగనన్న సురక్ష ద్వారా సత్వరమే అందుతున్నాయి. దయనీయ స్థితిలో ఉన్న సర్కారు బడుల రూపురేఖలు నాడు-నేడుతో ఇప్పుడు పూర్తిగా మారిపోయాయి. సొంతంగా సెంటు స్థలం కొనే స్థోమత లేక.. అద్దె చెల్లించలేక అవస్థలు పడుతున్న పేదల సొంతింటి కల సాకారమవుతోంది. వెరసి పేదల బతుకులు బాగుపడ్డాయని పలువురు హర్షం వ్యక్తం చేస్తున్నారు.

–సాక్షి నెట్‌వర్క్

అవసరమైన సర్టిఫికెట్లు ఇంటికొచ్చాయి



కుల, ఆదాయం సర్టిఫికెట్లు కోసం ఆఫీసుల చుట్టూ తిరుగుతున్న సమయంలో జగనన్న సురక్ష పథకంలో నాకు అవసరమైన సర్టిఫికెట్లు ఇంటికొచ్చాయి. మా కుటుంబంలో అమ్మఒడి, జగనన్నతోడు, వైఎస్సార్ ఆసరా, రైతు భరోసా, వైఎస్సార్ పింఛన్ వంటి పథకాలు వస్తున్నాయి. దీంతో ఆర్థిక కష్టాల నుంచి బయటపడి ఆనందంగా జీవిస్తున్నాం. ఇదంతా జగనన్న ముఖ్యమంత్రి కావడంతో సాధ్యమైంది. జగనన్నకు కృతజ్ఞతలు.

-దూరి చిన్నయ్య, చెర్లోపల్లి అరుంధతివాడ, చిట్వేలి మండలం, అన్నమయ్య జిల్లా

సొంతిల్లు కట్టుకున్నాం



పూరిగుడిసెలో జీవిస్తున్న మేము జగనన్న ముఖ్యమంత్రి కావడంతో సొంతిల్లు కట్టుకున్నాం. ప్రభుత్వం మంజూరు చేసిన రూ.1.80 లక్షలతోపాటు మాకష్టం తోడు చేసి అన్ని సౌకర్యాలతో సొంతిల్లు కట్టుకున్నాం. అమ్మఒడి, వైఎస్సార్ ఆసరా, జగన్నతోడు వంటి పథకాలు అందుతున్నాయి. దీంతో మేము ఆర్థిక కష్టాలు లేకుండా హాయిగా జీవిస్తున్నాం. వైఎస్ జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి ముఖ్యమంత్రి కావడంతో మాలాంటి పేదలకు మహర్దశ పట్టింది. జగనన్నకు జీవితాంతం రుణపడి ఉంటాం.

- అరిగల వెంకటలక్ష్మి, మహారాజపురం, చిట్వేలి మండలం, అన్నమయ్య జిల్లా

నాడు-నేడుతో పాఠశాలలకు మహర్దశ



సౌకర్యాలు లేని పక్కా భవనంలో కొనసాగుతున్న చింతలచెలిక ఎంపీపీ పాఠశాలకు నాడు-నేడు పథకంతో మహర్దశ పట్టింది. 2020-21లో పాఠశాల ఆధునీకరణకు రూ. 9.80 లక్షలను ప్రభుత్వం మంజూరు చేసింది. ఈ నిధులతో మరుగుదొడ్లు, మంచినీరు, ఆటస్థలం అభివృద్ధి, గేటు, బెంచీలు వంటి సౌకర్యాలు సమకూరాయి. దీంతో కార్పొరేట్ పాఠశాలకు దీటుగా పాఠశాలలో పిల్లల హాజరు శాతం పెరిగింది. ఇదంతా ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్‌మోహన్ రెడ్డితో సాధ్యమైంది. జగనన్నకు కృతజ్ఞతలు.

- కోటపాటి శివయ్య, పాఠశాల కమిటీ చైర్మన్, చింతలచెలిక గ్రామం, చిట్వేలి మండలం, అన్నమయ్య జిల్లా

అరంగేట్రంతోనే రికార్డు



కుటుంబ సభ్యులతో ఆనందం పంచుకుంటున్న మేడా రఘునాథరెడ్డి



రాజ్యసభ ఎంపీ అభ్యర్థిగా నామినేషన్ వేస్తున్న మేడా రఘునాథరెడ్డి

- రాజ్యసభ పదవితో రాజకీయాల్లోకి మేడా రఘునాథరెడ్డి!
- అన్నమయ్య జిల్లాలో తొలి రాజ్యసభ ఎంపీగా..

రాజంపేట : రాజంపేట నియోజకవర్గం నందలూరుకు చెందిన ఎంఆర్‌కేఆర్ సంస్థ అధినేత మేడా రఘునాథరెడ్డి రాజకీయ అరంగేట్రం అదిరింది. రాజ్యసభ పదవితో రాజకీయాల్లోకి ప్రవేశిస్తున్నారు. కొత్తగా ఆవిర్భవించిన అన్నమయ్య జిల్లాలో తొలి రాజ్యసభ సభ్యుడిగా చరిత్రలో నిలిచిపోనున్నారు. ఆయన రెండో సారి బుధవారం నామినేషన్ వేశారు. రాజ్యసభ సభ్యునిగా ఏకగ్రీవంగా ఎన్నిక కావడం లాంఛనంగా మారింది. రెండో రోజు నామినేషన్ కార్యక్రమంలో రఘు బాబాయ్ నందలూరు ఎంపీపీ మేడా విజయభాస్కర్‌రెడ్డి, ఎమ్మెల్యే సోదరుడు మేడా మధుసూదనరెడ్డి, మార్కెట్ కమిటీ మాజీ చైర్మన్ పీసీ యోగీశ్వరరెడ్డి, పలువురు నేతలు పాల్గొన్నారు.

ఆది నుంచి వైఎస్సార్ అభిమానిగా..

మేడా రఘునాథరెడ్డి ఆది నుంచి దివంగత సీఎం వైఎస్ రాజశేఖర్‌రెడ్డి అభిమానిగా కొనసాగారు. టీటీడీ బోర్డు మాజీ సభ్యుడు, తండ్రి మేడా రామకృష్ణారెడ్డి బాటలోనే నడిచారు. ఆ తర్వాత వైఎస్ జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి అభిమానిగా ఉన్నారు. గత ఎన్నికల్లో అన్న మేడా మల్లికార్జునరెడ్డి వైఎస్సార్‌సీపీ తరఫున ఎమ్మెల్యేగా గెలుపొందడంలో కృషి చేశారు. ఈ నేపథ్యంలోనే ప్రస్తుతం ఆయనను రాజ్యసభ అభ్యర్థిగా ఎంపిక చేశారు.

జిల్లాకు రాజ్యసభ పదవి దక్కుతోందన్న నూతనోత్సాహం పార్టీ క్యాడర్‌లో జోష్ నింపుతోంది. మేడా రఘు కోసం పార్టీ నేతలు రెండు రోజులుగా అమరావతిలో మకాం వేసి ఉన్నారు. వారు ఆయనను కలిసి అభినందనలు తెలుపుతున్నారు.

కాంట్రాక్టర్ నుంచి..

మేడా రామకృష్ణారెడ్డి, లక్ష్మీనరసమ్మల తనయుడు మేడా రఘునాథరెడ్డి 1965 జూన్ 13న జన్మించారు. ఈయనకు అన్న మల్లికార్జునరెడ్డి(రాజంపేట ఎమ్మెల్యే), మేడా మధుసూదన్‌రెడ్డి (తమ్ముడు), విజయమ్మ, నాగమునెమ్మ అనే సోదరీమణులు ఉన్నారు. డిగ్రీ వరకు చదువుకున్నారు. తండ్రి అనుభవాన్ని పుణికిపుచ్చుకొని కాంట్రాక్టు రంగంలో అంచలంచెలుగా ఎదిగారు. ఎంఆర్‌కేఆర్ సంస్థను స్థాపించి వివిధ రాష్ట్రాలలో కాంట్రాక్టు పనులు చేస్తున్నారు. సొంత నిధులతో అన్న ఎమ్మెల్యే మేడా మల్లికార్జునరెడ్డి నేతృత్వంలో సామాజిక సేవా కార్యక్రమాలు చేపడుతున్నారు.

పాము కాటుతో వ్యక్తికి అస్వస్థత

మదనపల్లె : కొత్తవారిపల్లె పంచాయతీ పుల్లగూరవాండ్లపల్లెకు చెందిన రామప్ప కుమారుడు చెన్నకృష్ణ (45) పొలం వద్ద కాలువ తీస్తుండగా పాము కాటేసింది. దీంతో అతను తీవ్ర అస్వస్థతకు గురికాగా.. కుటుంబ సభ్యులు మదనపల్లె ప్రభుత్వ జిల్లా ఆస్పత్రికి తరలించారు.

రోడ్డు ప్రమాదంలో వ్యక్తికి గాయాలు

మదనపల్లె : రోడ్డు ప్రమాదంలో ఓ వ్యక్తి తీవ్రంగా గాయపడిన సంఘటన బుధవారం జరిగింది. పెంచుపాడు పంచాయతీ గుట్టావారిపల్లెకు చెందిన బండారు ఈశ్వరప్ప (62) తన కొడుకు జనార్ధన్‌తో కలిసి ద్విచక్రవాహనంలో మదనపల్లెకు వచ్చారు. తిరిగు ప్రయాణంలో రామాపురం వద్ద ఎదురుగా వచ్చిన ఆటో వీరి ద్విచక్రవాహనాన్ని ఢీకొంది. ఈ ప్రమాదంలో బండారు ఈశ్వరప్ప తీవ్రంగా గాయపడగా.. అతన్ని మదనపల్లె జిల్లా ఆస్పత్రికి తరలించారు.

నా బిడ్డను అన్యాయంగా పొట్టనపెట్టుకున్నారు

వివాహేతర సంబంధానికి అడ్డువున్నాడని చంపేసినట్లు తండ్రి ఆరోపణ

మదనపల్లె : తన బిడ్డను అన్యాయంగా పొట్టన పెట్టుకున్నారని, వివాహేతర సంబంధానికి అడ్డువస్తున్నాడని కడతేర్చారని.. తొట్టిలో పడి మృతి చెందిన చిన్నారి హరిన్ సాకేత్ తండ్రి నాగరాజు ఆరోపించారు. బుధవారం స్థానిక ప్రభుత్వ వైద్యశాలలో బాలుడు హరణసాకేత్ (3) మృతదేహానికి పోస్టుమార్టం నిర్వహించారు.

మంగళవారం మండలంలోని చిప్పిలి గ్రామంలో నీటితొట్టిలో పడి చిన్నారి హరన్ సాకేత్ మృతి చెందిన విషయం తెలిసిందే. బిడ్డను కడసారి చూసుకునేందుకు స్వగ్రామం చిత్తూరు జిల్లా కల్లూరు నుంచి బాలుడి తండ్రి నాగరాజు స్థానిక జిల్లా ఆస్పత్రికి చేరుకున్నారు. విగతజీవిగా ఉన్న బిడ్డను చూసి తీవ్ర ఆవేదనకు గురయ్యాడు. అనంతరం స్థానిక విలేకర్లతో మాట్లాడుతూ తన భార్య మయూరి, ఆమె సహజీవనం చేస్తున్న శివశంకర్ రెడ్డిలు తన బిడ్డను చంపేశారంటూ ఆరోపణలు చేశారు. 14 నెలల క్రితం తన భార్య తన వద్ద నుంచి వచ్చేసిందని, తన పిల్లలను సైతం తనకు చూపించలేదని అన్నాడు. తన వద్ద ఉంటే తన బిడ్డ బతికేవాడని తెలిపాడు. శివశంకర్‌రెడ్డికి తాను కొంత నగదు అప్పుగా ఇచ్చానని, ఈ క్రమంలో తన భార్యను వశపరుచుకుని మదనపల్లె మండలం చిప్పిలి వద్ద ఇద్దరు సహజీవనం చేస్తున్నారని, ఈ విషయం ఇప్పటిదాకా తనకు తెలియకుండా చేశారన్నారు. పెద్ద కుమారుడు వరుణ సాకేత్(5)ను తన భార్య ఆమె తల్లిదండ్రుల వద్ద వదిలి పెట్టి చిన్నకుమారుడు హరేన్ సాకేత్ తన వద్దే ఉంచుకోవడంతో, వారి వివాహేతర సంబంధానికి అడ్డుగా ఉన్నాడన్న నెపంతో చంపేసి నీటి తొట్టిలో పడి మృతి చెందాడని చెబుతున్నట్లు తాను భావిస్తున్నానన్నాడు. తన బిడ్డ ముఖంపై గాయాలు సైతం ఉన్నాయన్నాడు. తన బిడ్డ మృతిపై పలు అనుమానాలు ఉన్నాయని, మయూరి, శివశంకర్‌రెడ్డిలను విచారించి తనకు న్యాయం చేయాల్సిందిగా కోరారు.

'గురుకుల' ప్రవేశానికి దరఖాస్తుల ఆహ్వానం

రాయచోటి టౌన్ : రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా ఉన్న గిరిజన సంక్షేమ గురుకుల విద్యాలయాలలో 5వ తరగతిలో ప్రవేశం కోసం, 6 నుంచి 9వ తరగతి వరకు ఉన్న ఖాళీలను భర్తీ చేయడానికి దరఖాస్తులు కోరుతున్నట్లు ప్రాజెక్టు అధికారి(ఐటీడీఏ) యానాదులు) బుధవారం ఒక ప్రకటనలో పేర్కొన్నారు. ఆంధ్రప్రదేశ్ గిరిజన సంక్షేమ గురుకుల పాఠశాల రాయచోటిలో (బాలికలు) పాఠశాలలో 5వ తరగతిలో ఖాళీ వివరాలు ఇలా ఉన్నాయి. ఓసీ-2, ఎస్సీ -10, బీసీ-4, ఏఈక్యూ-2,ఎస్టీ -59, ఎస్టీ (పీహెచ్‌సీ)-2, పీటీజీ-1 మొత్తం -80 సీట్లు

బ్యాక్‌లాగ్ ఖాళీలు: 6వ తరగతిలో -30, 7వ తరగతిలో 16, 8వ తరగతిలో -5, 9వ తరగతిలో -18

కెవిపల్లె గురుకులంలో : మొత్తం 80 ఖాళీలు ఉండగా వాటిలోఓసీ-2, ఎస్సీ -10, బీసీ -4, ఏఈక్యూ-2, ఎస్టీ -59, ఎస్టీ (పీహెచ్‌సీ)-2, పీటీజీ -1

బ్యాక్‌లాగ్ ఖాళీల వివరాలు

6వ తరగతిలో -64, 7వ తరగతిలో - 46, 8వ తరగతిలో -45, 9వ తరగతిలో - 49 ఖాళీగా ఉన్నట్లు తెలిపారు. వీటిని ప్రవేశ పరీక్షల ద్వారా భర్తీ చేస్తున్నట్లు తెలిపారు. ఆన్‌లైన్ ద్వారా దరఖాస్తులు చేసుకోవడానికి ఈ నెల 15వ తేదీ నుంచి ఏప్రిల్ 10వ తేదీ వరకు గడువు ఉన్నట్లు తెలియజేశారు. రాతపరీక్ష ఏప్రిల్ 21వ తేదీ పై రెండు పాఠశాలలలో నిర్వహించనున్నట్లు వివరించారు. www.a p f ur uk u a-m.a p.g-ov.i n వెబ్‌సైట్ ద్వారా దరఖాస్తులు చేసుకోవాలని కోరారు. మరిన్ని సమాచారాల కోసం రాయచోటి ప్రిన్సిపల్ ఫోన్ :7382264994, కెవిపల్లె ప్రిన్సిపల్ ఫోన్ : 9440980563లకు ఫోన్ చేయవల్సిందిగా కోరారు.

నా మొర ఆలకించలేదంటూ ఆత్మహత్యాయత్నం

రాయచోటి టౌన్ : తన తండ్రి సులోమాన్ పేరు మీద ఉన్న 75 సెంట్ల భూమిని మాకు తెలియకుండా అబుబకర్, ఖాదర్ బాషా అనే వారి పేరు మీద రికార్డులలో అధికారులు ఎక్కించారని బాధితుడు అర్షద్ అహమ్మద్ ఆరోపిస్తూ ఒంటిపై పెట్రోల్ పోసుకొని ఆత్మహత్యాయత్నానికి పాల్పడ్డాడు. అక్కడే ఉన్న కొందరు ఆ వ్యక్తిని వారించి కార్యాలయంలో విధులు నిర్వర్తిస్తున్న మహిళతో పైపు ద్వారా నీరు పట్టి ఆత్మహత్యను నివారించారు. తరువాత పోలీసులు వచ్చి బాధితుడిని పోలీస్ స్టేషన్‌కు తీసుకెళ్లారు. దీనిపై రెవెన్యూ అధికారులను వివరణ అడిగేందుకు ప్రయత్నించగా.. బాధితుడి తండ్రి మరణించక ముందే వారికి అమ్మినట్లు ఆధారాలు ఉన్నాయని చెప్పారు. బాధితుడి కథనం మేరకు వివరాలు ఇలా ఉన్నాయి. తన తండ్రి పేరున ఉన్న ఆస్తికి రెవెన్యూ అధికారులు మరొకరి పేరున ఎక్కించారంటూ అనేక సార్లు తహసీల్దార్‌తోపాటు ఇతర ఉన్నతాధికారులకు ఫిర్యాదు చేసినట్లు తెలిపారు. అయినా అధికారులలో ఎలాంటి స్పందన లేదని ఆరోపించారు. ఇక నాకు న్యాయం చేయరని నిర్ధారించుకొన్న తరువాత ఆత్మహత్యకు ప్రయత్నిస్తున్నట్లు తెలిపారు.